

<<少林绝技金刚拳>>

图书基本信息

书名：<<少林绝技金刚拳>>

13位ISBN编号：9787536470323

10位ISBN编号：7536470320

出版时间：2010-5

出版时间：四川科技

作者：杨维

页数：338

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<少林绝技金刚拳>>

前言

少林武术起源于少林寺。

少林寺始建于公元495年，坐落在今河南省登封县，中岳嵩山的五乳峰下少室山前。

南北朝北魏太和十九年，孝文帝敕建少林寺，安顿天竺僧人跋陀落迹传教，倡导禅法。

自此，跋陀便成为开山祖师，首任方丈。

为了求得生存，他率领众僧人抗击野兽的侵扰，并在生产劳动中加以锤炼，经过历代众僧长期艰苦的磨炼，吸收寺外武技精华，逐渐形成了嵩山少林武术体系，并派生出南派少林武术、北派少林武术和少林鹰派武术等众多派系。

少林鹰派武术是释德印法师创立并传出少林寺，它是少林武术不可分割的一个重要组成部分。

它仿雄鹰之凶猛，用鹰爪之锐利，其主要内容包括：三架、四势、五桩、六合、七诀、八法、九技、十三抓、十八打、二十四战、三十六绝和七十二种技法变化，以及飞抓、弹簧石、链子枪、餐桌六绝十八击等暗器；五虎枪、六合刀、七星剑、八法棍、九节鞭等十八般兵器和各种拳术；另有金刚功法、童子功和药功等罕见绝技。

具有修功与练拳并重，健身与技击兼顾的特点。

<<少林绝技金刚拳>>

内容概要

本书主要包括：基本概述、基本动作、基本拳法、功理功法、套路练习和应用方法六个部分内容。语言通俗易懂，论述严谨系统，材料详实可靠，内容科学健康，图片资料清晰，行拳路线简洁明了，攻防含义特点鲜明，功理功法独特，便于自学，并有很高的收藏价值。

<<少林绝技金刚拳>>

作者简介

杨维，祖籍山西永济，1967年生于黑龙江省青冈县人，武术博士，阜阳大学体育学院武术副教授，国际武术散手道联盟副主席，中华杨氏武艺研究会会长，少林鹰派武术研究会会长，国际一级武术裁判，武术散手道八段，是一位十分全面的武术家。

他自幼随父亲杨乃文学习杨氏武艺，继承和发扬了少林释行山、释行好、释行明和鹰爪王周树生传授的少林鹰派武术体系；他先后得到18位武术名师指导，曾荣获黑龙江省武术散手比赛“70公斤级冠军”和“最佳擂主”的光荣称号，获得“武术文化知识国际大奖赛”三等奖，在世界杯“国际武术锦标赛”中，获得“武术名人高段位”散手比赛金牌和传统武术比赛银牌，获得“国际武术裁判”资格证书，获得“美国世界博览会”金杯奖，被“世界文化科学研究院”授予“世界著名十大武学博士。”

从武历程在《中国当代武林名人志》《中国当代武术家辞典》《世界武术名人录》《世界名人录》等辞书中有所记载。

著作有《实用散手道教程》丛书、《少林鹰派武术》丛书等30余部武术专著及100余集音像制品，众多学术文章在国内外刊物上发表。

<<少林绝技金刚拳>>

书籍目录

前言第一章 基本概述 第一节 名称由来 第二节 基本分类 第三节 风格特点 第四节 基本作用 第五节 练习程序第二章 基本动作 第一节 拳部位名称 第二节 拳攻击目标 第三节 身法与眼法 第四节 步型与步法第三章 基本拳法 第一节 基本拳法 第二节 单式练习第四章 功理功法 第一节 初级功法 第二节 中级功法 第三节 高级功法第五章 套路练习 第一节 动作名称 第二节 动作图解第六章 应用方法 第一节 冲山炮应用17例 第二节 贯山炮应用17例 第三节 抄山炮应用17例 第四节 崩山炮应用17例 第五节 鞭山炮应用17例 第六节 劈山炮应用17例 第七节 扣山炮应用17例 第八节 栽山炮应用17例 第九节 挑山炮应用17例 第十节 撩山炮应用17例 第十一节 盖山炮应用17例 第十二节 钻山炮应用17例 第十三节 横山炮应用17例 第十四节 扫山炮应用17例 第十五节 砸山炮应用17例 第十六节 挂山炮应用17例 第十七节 弹山炮应用17例附录 少林鹰派武术研究会戒约 一、武德十忌 二、授拳十戒 三、武人二十不可 四、八荣八耻

<<少林绝技金刚拳>>

章节摘录

插图：第一节 名称由来少林绝技金刚拳是少林金刚功法绝技之一。

这个套路是少林释德印法师，在“嵩山少林武术”金刚拳基础上，把冲山炮、贯山炮、抄山炮、崩山炮、鞭山炮、劈山炮、扣山炮、栽山炮、挑山炮、撩山炮、盖山炮、钻山炮、横山炮、扫山炮、砸山炮、挂山炮和弹山炮17种拳法技术以及弓步、马步、虚步、歇步、仆步、丁步、半马步、横裆步、独立步、并步、开步、震步和插步13种步型，按照一定的原则编成套路传承下来的。

因其在“嵩山少林武术”金刚拳法基础上，增加到了17种拳法和13种步法，并分离了其他技术，对拳法以专攻，故名“少林绝技金刚拳”。

此外，少林金刚功法绝技包括：少林绝技金刚拳、少林绝技金刚掌、少林绝技金刚指、少林绝技金刚爪、少林绝技金刚头、少林绝技金刚肘、少林绝技金刚膝、少林绝技金刚腿、少林绝技金刚臂和少林绝技金刚靠等内容。

第二节 基本分类少林绝技金刚拳按照技法形式分为拳法冲击和拳法挥击两类。

一、拳法冲击在少林鹰派武术中，把在短距离内利用人体上肢和躯干的肌肉活动以及内劲的爆发力，直接打击攻击目标的拳法。

<<少林绝技金刚拳>>

编辑推荐

《少林绝技金刚拳》：内练一口气 外练筋骨皮 功法术合一 制敌显神奇少林鹰派武术是释德印法师创立并传出少林寺，它是少林武术不可分割的一个重要组成部分。

它仿雄鹰之凶猛，用鹰爪之锐利，其主要内容包括：三架、四势、五桩、六合、七诀、八法、九技、十三抓、十八打、二十四战、三十六绝和七十二种技法变化以及飞抓、弹簧石、链子抢、餐桌六绝十八击等暗器，五虎抢、六合刀、七星剑、八法棍、九节鞭等十八般兵器，另有金刚功法及套路、童子功和药功等罕见绝技。

具有修功与练拳并重，健身与技击兼顾的特点。

<<少林绝技金刚拳>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>